

まきょう通信



2020年8月5日発行

桔梗が丘自治連合協議会(桔梗が丘市民センター内)
〒518-0626 名張市桔梗が丘6-1-131-4
TEL/FAX 65-1206 ✉ koho@kikyogaoka.jp

5,934世帯・13,937人(2020年7月1日現在)
6世帯増↑ ±0人(前月比)

新型コロナと共存した活動をしています 桔梗が丘「まちの保健室」

まちの保健室は、子どもから高齢者の保健福祉に関する地域の身近な相談窓口として開設され、介護予防、健康教室の実施、サロンの手伝いなど、福祉の増進、健康づくりに取り組んでいます。桔梗が丘地区は、南市民センターに設置されており、月曜日～金曜日、午前9時～午後5時まで業務を行っています。

「まちの保健室」の役割

- ◎総合相談(介護・生活・子育て等) 訪問・電話・来所
- ◎介護予防教室・高齢者サロンの支援
- ◎健康づくり 健診・教室の実施
- ◎子育てサロンの支援
- ◎見守り 訪問・電話
- ◎地域づくり組織・民生児童委員等との連携
- ◎チャイルドパートナー業務(妊娠出産育児の身近な相談)

桔梗が丘の高齢化の状況

令和元年10月1日現在
名張市資料提供

区分	名張市	桔梗が丘
人口(人)	78,458	13,899
65歳以上(人)	24,608	4,532
高齢化率(%)	31.4	32.6
介護認定者数(人)	4,107	717
認定率(%)	16.7	15.8

桔梗が丘地区は、名張市対比で高齢化率は1.2ポイント高く、介護認定率で0.9ポイント低くなっており、皆さんが元気で頑張っていることが数値に表れています。

桔梗が丘まちの保健室では、コロナ感染予防により外出を控え、活動を抑制された住民のため、新しい生活様式を探りながら地域と一体となってコロナと共存した活動をしています。また、よくばり青春体操、健康セミナー等住民自らの健康づくりを支援しています。

セミナー、サロンで講師、市民センター等で健康体操をサポート



コロナ感染症防止対策と熱中症予防に留意し、日常生活を送ってください。

これからも住民の皆さんとの交流を図り、介護の予防、健康づくりを支援させていただきますので、気軽にまちの保健室に相談してください。(スタッフ一同)

左から、檜垣晴美さん、吉村理沙さん、湊 栄さん

名張市地域包括支援センター 桔梗が丘地区「まちの保健室」

桔梗が丘南市民センター内
〒518-0625
名張市桔梗が丘5番町12街区10番地
電話・FAX 0595(65)1299
メール ho-kikyo@emachi-nabari.jp



花いっぱい運動で 子どもたちと地域の絆づくりを

子どもたちと地域の絆づくり事業

代表 上田 博

花いっぱい運動は、3小学校の通学路の花壇に花を植え、登下校時に花壇に水をやりながら子どもたちの安全を見守ろうとする事業です。

今年には新型コロナウイルスの影響で子どもたちや先生と地域のボランティアとの合同作業はできませんでしたが地域のボランティアの方に種蒔き、育苗をお願いし苗が無事に育ちました。

6月末から7月上旬にかけて、花壇にも花が咲き、環境美化や生活に潤いを与え、子どもたちの安全を見守っています。



通学路花いっぱい運動



「桔梗が丘4番町 通学見守りしたい」立上げ

区長 福森 謙

個人のボランティアで14年間児童生徒の通学見守りをしてこられた早川真知子さんが勇退されることになり、地域の子どもたちを組織として見守る「桔梗が丘4番町通学見守りしたい」を立上げました。

現在、ボランティア9名が2人ずつ当番曜日を決め、毎日、桔梗が丘東小学校児童の登下校の見守りを行っています。4月からは桔梗が丘中学校の移転により、4番町地内を大勢の中学生が通学しています。自転車通学も多く、生徒と地域住民の安全を守るためにも交差点での交通安全指導は一層必要と考えて、毎日、旗を持ち見守っています。



「みんなの作品展」と「中国健康体操」

7番町1区自治会

6月27日、28日7番町1区集会所で、第1回大人から子どもまで「みんなの作品展」が開催されました。

コロナ対策に配慮した集会所には、工芸・絵画・書道・写真等26人48点+サロングループの作品が展示され、住民の皆さんは地域の身近な会場でそれぞれの力作を鑑賞することができました。

また、7番町17号公園（東小学校南側高台）では、毎週火曜日と金曜日8時20分から肩こりや腰痛の改善に役立つ「中国健康体操」を行っています。北林区長、8番町1区久保弘美さんの指導で、音楽に合わせてゆっくりと体を動かしています。興味のある方の参加をお待ちしています。



健康人



河合紀代子さん
(2番町第2区)

「スクエアステップ」を 一緒に始めませんか!

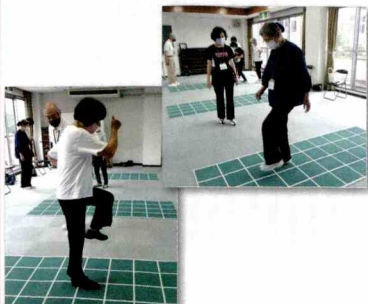
リーダーの河合さんに話を伺いました。スクエアステップは専用のマットを前後・左右・斜めにステップを踏んで進む、誰でも手軽にできるエクササイズです。

このステップは下半身の強化・脳の活性化・仲間づくりの三つの効果があり、継続することで転倒予防や認知機能向上にも役立ちます。間違いのないようステップを進めますが、上手いかずに悩むことで脳に刺激を与え、健康寿命を延ばすことにも繋がります。先ずは見学、そして体験してみてください。

(取材者コメント)

リーダーとして6年目の河合さんは、スラッとした体型と張りのある声が魅力です。

今後も「ほっとまち」健康人(けんこうびと)で元気に活動している方を紹介していきます。



桔梗が丘市民センターだより

☎65-1206

市民センター建物老朽化のため、 あちらこちらで雨漏り・水漏れ！！

約40年前に建設された桔梗が丘市民センターの老朽化が進み、あちらこちらで雨漏り・水漏れが発生しています。

1階トイレ配管の水漏れによる水道管移設工事は6月末に終わりましたが、屋上からの雨漏り防水工事は7月6日に始まり9月まで行われる予定です。



調理室に新しく給水配管



トイレ給水管工事



水道管敷設替え



ロビー天井に雨漏り



地下室に水漏れ



屋上防水工事開始

天体観測会のお知らせ

開催日 8月29日(土) 25日(火)までに窓口・電話にて申込み

時間 19:00 集合(桔梗が丘市民センター)

19:10~19:20 星のお話(1Fロビー)

19:30 観測開始(桔梗が丘小学校グラウンド)

- ・夜間の催しのため必ず保護者同伴をお願いします。
- ・雨が降ってなくても雲の状況で実施できない場合があります。
- ・判断がつきにくい場合は、当日15時以後に市民センター(☎65-1206)までお問合せ下さい。
- ・当日はマスクを着用して参加して下さい。
- ・中止の場合は、8月30日(日)(予備日9月26日(土))に順延します。



お知らせ

令和2年10月24日(土)・25日(日)開催予定の市民センター祭は中止になりました。

お知らせコーナー

(令和2年8月18日～9月25日)

お知らせに関する問合せ、申込先は、
桔梗が丘市民センター内
桔梗が丘自治連合協議会 ☎65-1206まで

ごみ分別収集の検証結果について

自治連合会(24区)では、ごみ分別収集の変更後3か月が経過し、各区の意見・要望を取りまとめました。いくつかの課題が出されており、今後名張市との協議により解決していかなければなりません。この課題解決のためには、桔梗が丘地域だけでなく全市的な取り組みが必要です。



改善すべき主な事項として次の3つを挙げています。

- ①有料ごみ袋の早期値下げ実施要望
- ②小型家電(資源ごみ)の明解な表示と搬出方法の住民周知徹底及びごみステーション看板の変更
- ③ごみ量の増加に伴うごみ籠改善と設置場所の変更

来年は盛大な「桔梗が丘夏まつり」を 住民交流部会

昨年まで16年間8月の夏の夜に商店街通りで盛大に行われ、多くの住民で賑わいをみせてきました。

今年は桔梗が丘中学校跡地に会場を移して夏まつりを計画していましたが、コロナ感染防止のため中止となり残念です。

来年の夏まつりは、これまで以上に賑わいのある楽しい祭りで盛り上がりたいたいですね。



桔梗が丘「陽だまりのつどい」開催

主催：地域福祉部会・民生児童委員協議会

10月11日(日)

密を避け、午前・午後2部制です。



- 対象 桔梗が丘在住の80歳(4月1日現在)以上の方
- 会場 桔梗が丘市民センター
- 申込期日 8月31日(月)までに民生児童委員へ



普通救命講習会

主催：生活安全部会

10月11日(日)

名張消防署(防災研修室)

9時～12時 [8時45分現地集合]

募集：15名(9月26日締切り)

申込みは桔梗が丘自治連合協議会まで

受講者には名張市消防長から「救急救命講習修了証」を交付します

開催日時	行事	備考	主催
8月18日(火)、9月15日(火)	ききょうなかよし広場(10:00～11:30)	市民センター講堂	地域福祉部会(民児協)
8月27日、9月3日、17日	私の一冊文庫(10:00～14:00)	南市民センター和室	教育文化部会
9月1日(火) 13:00～16:15	スクエアステップ(南)	南市民センター大会議室 参加費100円	健康推進部会
9月3日(木)、17日(木)	らく楽体操教室(南)(10:00～11:00)	南市民センター大会議室	健康推進部会
9月11日(金) 10:00～12:00	リズム体操	市民センター講堂	健康推進部会
9月15日(火) 13:30～16:30	スクエアステップ 初級・中級	市民センター大会議室 参加費100円	健康推進部会
9月23日(水) 13:30～15:00	スクエアステップ(男性)	市民センター大会議室 参加費100円	健康推進部会

新型コロナウイルス対策により行事日程が変更になる場合があります

7月号では1番町区、今回は4番町区、7番町一区の活動を紹介します。自治連合会24区では、独自の活動を展開されており、ききょう通信で広く情報発信していきまします。各々の情報提供をお願いします。(編集スタッフ一同)

編集後記

桔梗が丘地区には、多くの豊かな自然と緑が残されており、「桔梗の森公園」「鳴滝公園」「野鳥公園」等を中心に、皆さんのやすらぎの場として近隣の自然環境の整備と保全管理に取り組んでいます。皆様のご支援ご協力をお願いします。



新代表 山田 紀夫 (五番町三区)

「ききょう農業園」

元桔中第2グラウンドの一部を開墾し、毎週土曜日午前中楽しく農作業をしています。メンバー同士で懇親を深めるとともに、住民に無農薬のおいしい野菜をできるだけ多く提供し、喜んで頂けるよう活動に励んでいます。



新代表 中島 則夫 (南一区)